Sempre ouvi dizer que existem coisas que, muitas vezes, é melhor não serem ditas ou até que o silêncio vale ouro.

Talvez seja essa a minha máxima que utilizo quando escrevo.

Desde da minha infância que sempre gostei de passar para o papel tudo aquilo que sinto, mas apenas para mim.

Talvez por falta de ter alguém em que pudesse contar ou desabafar, ou talvez, até por culpa da minha personalidade fechada e de não gostar de aborrecer as pessoas com as minhas histórias de vida.

O certo é que a escrita ao longo destes anos ajudou e continua a ajudar-me a manter a minha sanidade mental. Considero-a como um bom psicólogo, mas por sua vez, bem mais barata.

Faz com que me liberte da pressão do dia-a-dia ou problemas comuns da nossa vida como indivíduos, sem que para isso tenha de incomodar alguém que possua tempo ou paciência suficiente para os meus desabafos, o papel têm sempre tempo para mim e uma interminável dose de paciência, independentemente da hora ou local que me apeteça escrever.

Não direi que escreva um diário, mas sim um caderno de confissões, situações ou preocupações momentâneas que utilizo nos meus momentos maus ou mesmo nos bons, em que gosto de exprimir o que estou a sentir na altura para o papel. E faz-me bem, pois no fim dessa minha auto-análise pessoal, sinto-me mais leve, como se tivesse estado numa conversa com uma amiga durante horas, na qual; no fim da mesma; temos sempre a percepção que saímos de lá melhor e mais aliviadas.

Por isso escrevo e continuarei a escrever, como forma pessoal de me expressar e de me auto analisar, independente das situações que me corram na vida.

Ana Rita Lopes

Curso Técnico de Informática - Sistemas